

**Автономное образовательное учреждение  
высшего образования Ленинградской области  
«Государственный институт экономики, финансов, права и технологий»**

Утверждаю

Проректор по образовательной  
деятельности и цифровой  
трансформации

 В.Н. Чумаков

«20» ноября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
СГ.03 Безопасность жизнедеятельности**

специальность 43.02.17 Технологии индустрии красоты

Гатчина  
2023

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|   |       |
|---|-------|
|   | стр . |
| <b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>  | 3     |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | 5     |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | 10    |
| <b>4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ<br/>МАТЕРИАЛЫ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ<br/>ДИСЦИПЛИНЫ</b> | 11    |

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **«СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **43.02.17 Технологии индустрии красоты**.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в социально-гуманитарный цикл дисциплин специальностей среднего профессионального образования.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

пользоваться первичными средствами пожаротушения;  
применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта;  
обеспечивать устойчивость объектов экономики;  
прогнозировать развитие событий и оценку последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму;  
применять правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны;  
соблюдать нормы экологической безопасности;  
определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности

определять виды Вооруженных Сил, рода войск;  
ориентироваться в воинских званиях военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации;  
владеть общей физической и строевой подготовкой;  
пользоваться знаниями в области обязательной подготовки граждан к военной службе;

демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим

оказывать первую медицинскую помощь в различных ситуациях;  
осуществлять профилактику инфекционных заболеваний;  
определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние;  
составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания

#### **знать:**

основы пожаробезопасности и электробезопасности;  
меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;  
способы защиты населения от оружия массового поражения;  
принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования

развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;  
задачи и основные мероприятия гражданской обороны

основы военной службы и обороны государства;  
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;  
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;  
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;  
основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим общие характеристики поражений организма человека от воздействия опасных факторов;  
классификация и общие признаки инфекционных заболеваний;  
основы здорового образа жизни

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося - **74 часов**, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **68 часов**;

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

| <b>Вид учебной работы</b>   | <b><i>Объем часов</i></b> |
|---|---------------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                                      | <b>74</b>                 |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>                           | <b>68</b>                 |
| <b>В том числе лекции</b>   |                           |
| <b>Практические занятия</b>   | <b>68</b>                 |
| <b>Самостоятельной учебной нагрузки</b>   | <b>4</b>                  |
| <b>Консультации</b>   | <b>2</b>                  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме ДФК в 3 семестре, Диф.зачета в 4 семестре</b> |                           |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся  | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---|---|--|---|
| 1   | 2   | 3  | 4   |
| <b>Раздел 1. Гражданская оборона</b>  |   | <b>32</b>  |   |
| <b>Тема 1.1.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>6</b>   | ОК 01,02,04,07  |
|   | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных   | 2  |   |
|   | Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; | 2  |   |
|   | Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.   | 2  |   |
| <b>Тема 1.2.</b> Организация гражданской обороны  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>14</b>  | ОК 01,02,04,07  |
|   | Ядерное, химическое и биологическое оружие. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.   | 2  |   |
|   | Приборы радиационной и химической разведки и контроля   |  |   |
|   | Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения   | 2  |   |
|   | Способы защиты населения от оружия массового поражения; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.  | 2  |   |
|   | <b>Практическое занятие №1</b> Средства индивидуальной защиты от оружия массового   | 2  |   |
|   | <b>Практическое занятие №1</b> Средства индивидуальной защиты от оружия массового   | 2  |   |
|   | <b>Практическое занятие №2</b> Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.   | 2  |   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся №1</b>  |  |   |
|   | Подготовка доклада на тему «Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения»  | 2  |   |

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся   | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---|--|--|---|
| <b>Тема 1.3.</b><br>Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>8</b>   | ОК 01,02,04,07  |
|   | Защита населения и территорий при стихийных бедствиях  | 2  |   |
|   | Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах   | 2  |   |
|   | <b>Практическое занятие № 3</b> Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения   | 2  |   |
|   | <b>Практическое занятие № 3</b> Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения   | 2  |   |
| <b>Тема 1.4.</b><br>Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической и социальной обстановке  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>6</b>   | ОК 01,02,04,07  |
|   | Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при эпидемии  | 2  |   |
|   | Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;  | 2  |   |
|   | Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.  | 2  |   |
| <b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>   |  | <b>20</b>  |   |
| <b>Тема 2.1.</b> Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>20</b>  | ОК 01,02,04,07  |
|   | Здоровье человека и здоровый образ жизни. Здоровье - одна из основных ценностей человека.<br>Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека. Общественное здоровье.<br>Правильное чередование физических и умственных нагрузок. Рациональный режим дня. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье, профилактика злоупотребления психоактивными веществами. | 2  |   |

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся  | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--|---|--|---|
|  | Правовые основы оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях.<br>Первая (доврачебная) помощь при травмах, ожогах, поражении электрическим током, утоплении, перегревании, переохлаждении, обморожении, общем замерзании.<br>Первая (доврачебная) помощь при отравлениях.  | 2  |   |
|  | Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.   | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №4</b> Отработка умений наложения кровоостанавливающего   | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №5</b> Отработка умений наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности  | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №5</b> Отработка умений наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности  | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №6</b> Отработка умений наложения шины на место перелома,   | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №7</b> Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания. Отработка на тренажёре непрямого массажа сердца   | 2  |   |
|  | <b>Практическое занятие №7</b> Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания. Отработка на тренажёре непрямого массажа сердца   | 2  |   |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся № 2</b><br>Подготовка доклада на тему «Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье, профилактика злоупотребления психо-активными веществами»  | 2  |   |
|  |   |  |   |
| <b>Раздел 3. Основы военной службы</b>   |   | <b>20</b>  |   |
| <b>Тема 3.1.</b> Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>20</b>  | ОК 01,02,04,07  |
|  | Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.<br>Гражданская оборона, ее структура и цели и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.<br>Вооруженные Силы РФ - основа обороны РФ<br>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе | 2  |   |



| Наименование разделов и тем     | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся   | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------|--|--|---|
|                                 | Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;  | 2  |   |
|                                 | Основы военной службы и обороны государства;<br>задачи и основные мероприятия гражданской обороны;<br>способы защиты населения от оружия массового поражения;<br>организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;<br>основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие №8</b> Подготовка данных использования инженерных сооружений для защиты работающих и населения от чрезвычайных ситуаций  | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие №8</b> Подготовка данных использования инженерных сооружений для защиты работающих и населения от чрезвычайных ситуаций  | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие №9</b> Организация получения средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях  | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие № 10</b> Изучение материальной части, сборка, разборка автомата  | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие №11</b> Отработка строевой стойки и поворотов на месте. Повороты в движении.   | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие №12</b> Построение и отработка движения походным строем  | 2  |   |
|                                 | <b>Практическое занятие № 13</b> Отработка движений строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте   | 2  |   |
| <b>Промежуточная аттестация</b> | Консультация   | 2  |   |
|                                 | Дифференцированный зачёт   | 2  |   |
| <b>Всего:</b>                   |  | <b>74</b>  |   |

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, а также проведения текущего контроля, промежуточной и государственной аттестации, Кабинет «Безопасности жизнедеятельности»,

оснащенный оборудованием: посадочными местами по количеству обучающихся; рабочим местом преподавателя, доской учебной, дидактическими пособиями; программным обеспечением; видеофильмами; видеооборудованием (мультимедийный проектор с экраном или телевизор, или плазменная панель); экраном, проектором, магнитной доской; компьютерами по количеству посадочных мест; профессиональными компьютерными программами.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **Основные источники**

1. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-53413550-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL:

<https://urait.ru/bcode/476255>

2. Беляков, Г. И. Охрана труда и техника безопасности : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 404 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5534-00376-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469913>

3. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574>

##### **Электронные издания**

Образовательная платформа Юрайт <https://urait.ru/>;

Образовательная платформа Профобразование <https://profspo.ru/>.

##### **Дополнительные источники (при необходимости)**

1. Михайлиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве: учебное пособие для СПО / А. М. Михайлиди. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 111 с. — ISBN 978-5-4488-0964-4, 978-5-44970809-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/100492>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-53402041-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524>

3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN

978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL:

1. Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2003 г. N 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
2. Постановление Правительства РФ от 11 ноября 2006 г. N 663 «Об утверждении Положения о призыве на военную службу граждан Российской Федерации»
3. Постановление Правительства РФ от 31 декабря 1999 г. N 1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»
4. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 г. N 68-ФЗ
5. Федеральный закон «Об охране окружающей среды» от 10.01.2002 г. N 7-ФЗ
6. Федеральный закон «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности» от 22.07.2008 г. N 123-ФЗ
7. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 г. N 53-ФЗ

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения   | Критерии оценки   | Методы оценки  |
|---|---|--|
| <b>Освоенные знания:</b><br>принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке; | <b>Знание</b> принципов обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основных видов потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основ военной службы и обороны государства; задач и основных мероприятий гражданской обороны; способов защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организации и порядка призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке; основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на | <b>Текущий контроль успеваемости:</b><br>-письменного/устного опроса;<br>-тестирования;<br>оценки результатов самостоятельной работы (докладов, рефератов, учебных исследований и т.д.)<br><br><b>Промежуточная аттестация</b> в форме дифференцированного зачета. |

| Результаты обучения  | Критерии оценки  | Методы оценки  |
|--|--|--|
| основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.  | вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; области применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правил оказания первой помощи пострадавшим. |  |
| Освоенные умения: организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим |  | Текущий контроль успеваемости:<br>-письменного/устного опроса;<br>-тестирования;<br>оценки результатов самостоятельной работы (докладов, рефератов, учебных исследований и т.д.)<br><br>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета. |